தஞ்சாவூர் சரசுவதி மகால் வெளியீட்டு எண். 465

।। श्रीरस्तु ।।

।। गर्भिणीरक्षा ।।

கர்ப்பிணீ ரக்ஷை



தஞ்சாவூர் மகாராஜா சரபோஜியின்

சரசுவதி மகால் நூலகம்,

தஞ்சாவூர்.

2004]

[விலை : ரு. 12-00

தஞ்சாவூர் சரசுவதி மகால் வெளியீட்டு எண். 465

॥ श्रीरस्तु ॥

॥ गर्भिणीरक्षा ॥

கர்ப்பிணீ ரக்ஷை

பதிப்பாசிரியர் :

வைத்ய விசாரத,

C. இராஜராஜேச்வர சர்மா

ஆயுர்வேத ஆராய்ச்சியாளர்,

மத்திய அரசாங்க ஆயுர்வேத நூல் ஆராய்ச்சித்துறை,

சரசுவதி மகால் நூலகம், தஞ்சாவூர்.

(முன்னாள் வேங்கடரமணா ஆயுர்வேத கலாசாலை

ஆசிரியரும், மேற்படி வைத்தியசாலை வைத்தியரும்)



தஞ்சாவூர் மகாராஜா சரபோஜியின்

சரசுவதி மகால் நூலகம்

தஞ்சாவூர்.

2004]

[விலை: ரூ. 12-00

நூற்பதிப்பு விளக்கக் குறிப்பு

நூற்பெயர்	: கர்ப்பிணீ ரக்ஷை
பதிப்பாசிரியர்	: C. இராஜராஜேச்வர சர்மா
வெளியிடுபவர்	: இயக்குநர், சரசுவதி மகால் நூலகம்
வெளியீட்டு எண்.	: 465
மொழி	: ஸம்ஸ்கிருதம், தமிழ்
பதிப்பு	: நான்காம் பதிப்பு
வெளியீடு	: பிப்ரவரி, 2004
தாள்	: T N P L 17.8 kg.
நூல் அளவு	: 24 செ. மீ. X 14. செ. மீ.
பக்கங்கள்	: 48
படிகள்	: 1000
எழுத்து	: 16 மற்றும் 12 புள்ளி
அச்சிட்டோர்	: ஒளி அச்சுக்கோப்பு மற்றும் ஒளி அச்சு, சரசுவதி மகால் நூலகம்
புத்தகக்கட்டு	: மெலிந்த அட்டை
பொருள்	: வைத்தியம்
விலை	: ரூ. 12-00

வெளியீட்டாளர் முகவுரை

நாம் சுகமாய் வாழ உடலை நோய்கள் வாராது பேணிப் பாதுகாத்தல் நம் கடமையாகும். நோயற்றவனாய் மனிதன் நீடுவாழ்வதற்கே சரக சம்ஹிதை, சுச்ருத சம்ஹிதை, பேலசம்ஹிதே, சிகித்ஸா திலகம் போன்ற ஆயுர்வேத நூல்களில் காணப்பெறும் அரிய குறிப்புக்களின் சாரத்தைத் தொகுத்து கருத்தரித்த பெண்களை சிறந்த முறையில் பேணி காக்கும் வழிமுறைகளுடன் அனுபவ உண்மைகளை சேர்த்து கர்ப்பிணி ரக்ஷை என்னும் தலைப்பில் 1970-ல் முதற்பதிப்பாக வெளியிடப்பட்டது.

இந்நூலின் பதிப்புப் பணியை ஆயுர்வேத ஆராய்ச்சியாளர் திரு. சி. ராஜராஜேஸ்வர சர்மா அவர்கள் மேற்கொண்டார்கள் இந்நூல் தற்பொழுது நான்காம் பதிப்பாக வெளிவருகின்றது.

இந்நூலை வெளியிடத் தேவையான நிதியுதவி நல்கிய நடுவண் அரசிற்கு எனது நன்றியை உரித்தாக்குகின்றேன்.

இந்நூல் வெளிவர ஆவன செய்துள்ள மாவட்ட ஆட்சித்தலைவர் அவர்களின் நேர்முக உதவியாளர் (பொது) மற்றும் இந்நூலக நிருவாக அலுவலர் திரு. வே. இலட்சுமணன், M. A., அவர்களுக்கும், நூலகர் திருமதி. K. இராமதிலகம்

அவர்களுக்கும், நன்முறையில் அச்சிட்டுதந்த நூலக கணினி வழி அச்சகப் பிரிவினருக்கும், மேலும் இந்நூல் வெளிவர பணிபுரிந்த ஏனையோருக்கும் எனது பாராட்டுக்கள்.

இந்நூல் ஆயுர்வேத மருத்துவர்களுக்கும், ஆராய்ச்சியாளர்களுக்கும், மாணவர்களுக்கும், அனைத்து பொதுமக்களுக்கும் பெரிதும் பயன்படும் என நம்புகிறேன்.

தஞ்சாவூர்,
19-2-2004

சி. கோசலராமன், இ. ஆ. ப.,
மாவட்ட ஆட்சித்தலைவர்
மற்றும் இயக்குநர்,
சரசுவதி மகால் நூலகம்

PREFACE

This pamphlet is a necessary complement to the two parts of AYURVEDOPADESA, already published through the Journal of the Sarasvati Mahal library. While the two parts deal with the rules of health and hygiene to be observed by an aspirant for longevity and sound health, in all his activities of the day, round the clock, this pamphlet entitled **GARBHINI RAKSHA** deals with the more fundamental issue of the proper care and protection of the woman in her pre-maternity, maternity and post maternity stages. The physical and mentel well-being of a woman in her pregnant stage predetermines, to a considerable degree, the physical and mental characteristics of the child to be born and of the man or woman who evolves from the child. Maternity homes and child welfare centers may rightly be held as the seed-beds for the growth of the man-power and the intellectual development of the nation. This pamphlet which deals with the rules to be observed before, during and after the period of pregnancy of a lady is expected to be a very useful handbook to all those who are intereseted in the subject.

We are thankful to Thiru. Vaidya Visarada, C. Rajarajeswara Sarma, for his valuable services to the Library by composing this work and to the public at large by placing in their hands a popular guide on a very useful topic.

N. KANDASWAMY,
Honorary Secretary,
T. M. S. S. M. Library.

Tanjore,
22-3-1970

முன்னுரை

स्त्री हि मूलमपत्यानाम् । - अष्टाङ्गसंग्रहः

"குழந்தைகளுக்கு (கருத்தரித்த) பெண்ணே அடிப்படை" என்னும் வாக்படாசாரியரின் பொன்மொழி, தாயின் வயிற்றிலிருக்கும்போதே விசேஷமான தாயின் உணவு, பானம், செயல், மனநிலை முதலியவற்றை அடிப்படையாகக் கொண்டுதான் குழந்தைகளுக்கு நீண்ட ஆயுள், நோயற்ற வாழ்வு, கூரிய அறிவு முதலியன அமைகின்றன என்னும் ஆயுர்வேத சாஸ்திரத்தின் உயர்ந்த கருத்தை வெளிப்படையாகஎடுத்துக்காட்டுகின்றதல்லவா?

ஆகவே, கருத்தரித்தவளை மிகக் கருத்துடன் கண்காணிக்கவேண்டும் என்பது இன்றியமையாததொன்று என்பது புலனாகிறது.

கருத்தரித்தவளைச் சிறந்த முறையில் பேணிக் காக்கப் பின்பற்றப்படவேண்டியனவாக சரகஸம்ஹிதா, ஸுச்ருத ஸம்ஹிதா முதலிய ஆயுர்வேத நூல்களில் கூறப்பட்டிருக்கும் அரிய அம்சங்களை ஒன்றுகூட்டி எல்லோருக்கும் பயன்படுமாறு விரிவான மொழிபெயர்ப்புடனும், ஆங்காங்கு அநுபவத்தில் கண்ட உண்மைகளுடனும் இதனை "கர்ப்பிணி ரக்ஷை" என்னும் பெயரால் வெளியிடக் கருதி இந்நூலை எழுதலானேன். இதன் இறுதியில் சுருக்கமாக பிரசவித்தவளின் பராமரிப்பு முறைகளையும் இணைத்துள்ளேன்.

இந்நூலை இப்பொழுது பேரன்புடன் வெளியிட உதவிய தஞ்சை சரசுவதி மகால் காரியதரிசி உயர்திரு. N. கந்தசாமிப்பிள்ளையவர்களுக்கும், மேல் நூலகக் காப்பாளர் உயர்திரு. V. கோபால ஐயங்கார் M. A., அவர்களுக்கும், இதைத் தொகுப்பதில் பெரிதும் வழிகாட்டி ஊக்குவித்துதவிய எனது குரு உயர்திரு. V. S. வேங்கடசுப்ரமண்ய சாஸ்திரிகள் (தலைமை

ஆராய்ச்சியாளர், மத்திய இந்திய வைத்திய நூலாராய்ச்சித் துறை, சரசுவதி மகால் தஞ்சாவூர்) அவர்களுக்கும், தெலுங்கைத் தாய்மொழியாகக் கொண்ட எனக்கு இந்தத் தமிழ் மொழிபெயர்ப்பில் உதவிபுரிந்த நண்பர், புலவர் திரு. S. இராமலிங்கம் பிள்ளை அவர்களுக்கும் என் நன்றியைத் தெரிவித்துக்கொள்கிறேன்.

சரசுவதி மகால்,
தஞ்சாவூர்.

C. இராஜராஜேச்வர சர்மா



PREFACE

TO THE SECOND EDITION

The women deserve our protection and sympathy, especially when they are in the family way.

The book on hand with the caption "Garbhini Raksha" (care of a Pregnant Woman) is the reprint of the off-print of our Library Journal. This book is in Sanskrit with a lucid translation in Tamil. This prescribes methods to take care of the woman in pregnancy. This also prescribes things to be done and not to be done by a pregnant woman before child birth, and by the same woman after child birth. So we hope that this book will be of much use to the would-be mothers and midwives.

We sincerely thank the Government of India for giving us necessary grant to take up this work for reprinting.

The entire staff of the Library deserve our praise for their sincere interest in bringing out this book as a reprint.

D. SUNDARESAN, I. A. S.,
District Collector & Chairman
of the T. M. S. S. M. Library.

Thanjavur,
7-8-1980

।। श्रीरस्तु ।।

।। गर्भिणीरक्षा ।।

கர்ப்பிணீ ரக்ஷை

चन्तेऽमृतधरं देवमात्रेयादीन्महात्मनः
"वैद्यरत्नं" गुरुञ्च श्रीकृष्णवारियराह्वयम् ।।

கருத்தரித்தவள் பின்பற்றவேண்டிய நியமங்கள் -

गर्भिणी प्रथमदिवसात्प्रभृति नित्यं प्रहृष्ठा शुच्यलंकृता शुक्लवसना शान्तिमङ्गलदेवतापरा च भवेत् ।।

- सुश्रुतसंहिता

கருத்தரித்தவள் முதல் தினம் தொடங்கி எப்பொழுதும் மகிழ்வுடனும், சுத்தமாகவும், அலங்கரித்துக்கொண்டும், வெண்ணிறமுள்ள ஆடைகளை அணிந்தும், சாந்திகள், மங்களச் செயல்கள், கடவுள் பக்தி இவற்றில் ஈடுபட்டவளாகவும் இருக்கவேண்டும்.

- (ஸுச்ருத ஸம்ஹிதா)

கர்ப்பிணிகளுக்கு நீராடும் நீர் -

बिल्वकार्पासीपप्पणपाटलीपिचुमन्दाग्निमन्थमांसीवर्धमानकपत्रमङ्गक्वाथेनशीतेन सर्वगन्धोदकेन वा गर्भिण्याः प्रत्यहं स्नानमुपदिशेत् ।।

- अष्टाङ्गसंग्रहः

வில்வம், பருத்தி, பாவட்டை, பாதிரி, வேம்பு, முன்னை, ஜடாமாம்சி, ஆமணக்கு இவற்றின் இலைத்துண்டுகளின் கஷாயத்தைக் குளிரவைத்து, அல்லது கஸ்தூரி மஞ்சள் முதலிய மணப்பொருள்களுடன் நீர் தயாரித்து, இதனால் கர்ப்பிணிக்கு தினந்தோறும் ஸ்நானம் செய்விக்கவேண்டும்.

(அஷ்டாங்க சங்கிரஹம்).

இங்கு கூறியவற்றுள் கிடைத்த பொருள்களை மட்டும் கொண்டும் ஸ்நானநீர் தயாரிக்கலாம்.

கர்ப்பிணி ஸூர்யனை வழிபடவேண்டும் -

अर्चेदादित्यमुद्यन्तं गन्धधूपार्घ्यवार्जपैः । - काश्यपसंहिता

கர்ப்பிணியானவள் உதயமாகும் ஸூர்யனை சந்தனம், தூபம், அர்க்கிய நீர், ஜபித்தல் இவற்றில் வழிபடவேண்டும்.

(காச்யப ஸம்ஹிதா).

கர்ப்பிணிக்கு ஏற்ற உணவு -

हृद्यं द्रवं मधुरप्रायं स्निग्घं दीपनीयसंस्कृतं च भोजनं भोजयेत् । - सुश्रुतसंहिता

கர்ப்பிணியை மனதிற்குகந்ததும், பெரும்பாலும் திரவமாக உள்ளதும், பெரும்பாலும் இனியதும், நெய்ப்புள்ளதும், பசியைத் தூண்டும் பொருள்களால் பக்குவம் செய்யப்பட்டதுமாகிய உணவை உட்கொள்ளச் செய்ய வேண்டும். (ஸுச்ருத ஸம்ஹிதை)

கர்ப்பிணிக்கு முக்கியமான உணவு -

नवनीतघृतक्षीरैः सदा चैनामुपाचरेत् । - अष्टाङ्गहृदयम्

வெண்ணெய், நெய், பால் இவற்றால் கர்ப்பிணியை எப்பொழுதும் உபசரிக்கவேண்டும். (அஷ்டாங்க ஹ்ருதயம்)

கர்ப்பிணிக்கு ஏற்ற படுக்கை முதலியவை -

शयनासनं मृद्वास्तरणं नात्युच्चमपाश्रयोपेतमसंपाधं विदध्यात् । - सुश्रुतसंहिता

கர்ப்பிணிக்கு மென்மையான விரிப்புள்ளதும், அதிக உயரமற்றதும், தகுந்த சாய்மானம் உடையதும், நெருக்கம் இல்லாததுமான படுக்கை, அமரும் சாதனம் இவற்றை அமைக்கவேண்டும். (ஸுச்ருதஸம்ஹிதா)

கர்ப்பிணிக்கு அன்பளிப்பாகக் கொடுக்க ஏற்றவை -

यानि द्रव्याणि पुण्यानि माङ्गल्यानि शुचीनि च ।
नवान्यभग्नखण्डानि पुन्नामानि प्रियाणि च ।।
गर्भिण्यै तान्युपहरेद्वासांस्याभरणानि च । - काश्यपसंहिता

கர்ப்பிணிக்கு புனிதமானவையும், மங்களம் பொருந்தியவையும், சுத்தமானவையும், புதியனவும், முறியாதவையும், துண்டிக்கப்படாதவையும், ஆண்பால் பெயர் கொண்டவையும், மனதிற்குப் பிடித்தவையுமான பொருள்களையும், ஆடைகளையும், அணிகலன்களையும் அன்பளிப்பாக வழங்க வேண்டும். (காச்யப ஸம்ஹிதா)

கிரஹண காலத்தில் கர்ப்பிணி செய்யவேண்டியவை -

सोमार्कौ संग्रहौ श्रुत्वा गर्भिणी गर्भवेश्मनी ।
शान्तिहोमपराऽऽसीत मुक्तयोगं तु याचयेत् ।।

- काश्यपसंहिता

சந்திர ஸூர்யர்களின் கிரஹணத்தைக் கேட்ட அளவில் (காணக்கூடாது என்பது கருத்து) கர்ப்பிணியானவள் வீட்டின் உள்ளறையில் அமர்ந்து சாந்திகள், ஹோமங்கள் இவற்றில் ஈடுபட்டவளாய் இருக்கவேண்டும். கிரஹண மோக்ஷத்தைக் கோரவும் வேண்டும். (காச்யப ஸம்ஹிதை)

கர்ப்பம் தரித்தவுடன் உணரக்கூடிய குறிகள் -

लिङ्गन्तु सद्योगर्भाया योन्या बीजस्य संग्रहः ।
तृप्तिर्गुरुत्वं स्फुरणं शुक्रास्नाननुबन्धनम् ।।
हृदयस्पन्दनं दन्द्रा तृड् म्लानिर्लोमहर्षणम् ।
- अष्टाङ्गहृदयम्

கருப்பையினால் விந்து நன்றாக ஏற்றுக்கொள்ளப்படுதல் திருப்தி; வயிற்றில் பாரமுண்டானதுபோன்ற உணர்ச்சி, துடிப்பு; விந்து ருதுசோணிதம் இவை கருப்பையைவிட்டு வெளிப்படாமல் இருத்தல்; இதயத்துடிப்பு, சோம்பல், நாவறட்சி, உடல் வாட்டம், மயிர் சிலிர்த்தல் ஆகியவை கருத்தரித்த உடனே உண்டாகும் குறிகளாகும். (அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

கர்ப்பிணிக்குத் தகாதவை -

अतिव्यवायमायासं भारं प्रावरणं गुरु ।
अकालजागरस्वप्नकठिनोत्कटकासनम् ।।

शोकक्रोधभयोद्वेग(मल)श्रद्धाविधारणम् ।
उपवासाध्वतीक्ष्णोष्णगुरुविष्टम्भिभोजनम् ।।

रक्तं निवसनं श्वभ्रकूपेक्षां मद्यमामिषम् ।
उत्तानशयनं यच्च स्त्रियो नेच्छन्ति तत्त्यजेत् ।।

तथा रक्तस्रुतिं शुद्धिं बस्तिमामासतोऽष्टमात् ।
- अष्टाङ्गहृदयम्

அதிகமான புணர்ச்சி, ஓய்ச்சல், சுமை, கனமான போர்வை அல்லது உடுப்பு, அகாலத்தில் கண்விழித்தல், அகாலத்தில் தூங்குவது, கடினமான ஆசனத்தில் உட்காருதல், மிக ஒடுக்கமான இடத்தில் உட்காருதல், துயரம், கோபம், பயம், திகில், மலம் முதலியவற்றை கழிக்கவேண்டுமென்ற உணர்ச்சி உண்டானபோது அவற்றை வெளிப்படுத்தாமல் தடுப்பது, ஆசையை அடக்குதல், பட்டினி கிடப்பது, வழி நடத்தல், கடுமையானதும், வெப்பத்தையுண்டுபண்ணக்கூடியதும், இயற்கையாகவே சுகமாக ஜீரணமாகாததும், மல மூத்திரங்களைத் தடுக்கக்கூடிய இயல்புடையதுமான உணவுப் பொருள்களை உண்ணுதல், சிவப்பு நிறமுள்ள ஆடை, ஆழமான பள்ளம், கிணறு இவற்றைக் கவிழ்ந்து பார்த்தல், மது, மாமிசம், மல்லாந்து படுத்தல் இவற்றைக் கர்ப்பிணியானவள் தவிர்க்கவேண்டும். மேலும், அனுபவமுடைய பெண்கள் வேறு எவற்றை விரும்புவதில்லையோ அவற்றையும் விலக்கவேண்டும். மேலும் அட்டை முதலியவற்றால் இரத்தத்தை வெளியேற்றுதல், மருந்தை உட்கொண்டு வாந்தியையோ, பேதியையோ அடைவது, கர்ப்பத்திற்கு எட்டாவது மாதம் வருவதற்கு முன்பே வஸ்தி சிகித்ஸையை (கஷாயம், தைலம் முதலியவற்றை மல துவாரங்கள் வழியாக செலுத்துவது) செய்துகொள்வது ஆகியவற்றையும் தவிர்க்கவேண்டும்.

(அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

கர்ப்பிணி மேற்கூறிய தகாதவற்றைத் தவிர்க்காததால் உண்டாகும் தீங்கு -

एभिर्गर्भः स्त्रवेदामः कुक्षौ शुष्येन्म्रियेत वा ।

- अष्टाङ्गहृदयम्

கர்ப்பிணி முன்கூறிய தகாதவற்றை தவிர்க்காவிடில் கர்ப்பமானது வளர்ச்சி அடையாமலே வெளியேறும், அல்லது வயிற்றில் உலர்ந்துபோகும், அல்லது இறந்துவிடும்.

(அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

கர்ப்பிணிக்குத் தகாத மற்றும் சில -

मलिनविकृतहीनगात्राणि न स्पृशेत् । दुर्गन्धदुर्दर्शनानि परिहरेत् , उद्वेजनीयाश्च कथाः । शुष्कं पर्युषितं कुथितं क्लिन्नं चान्नं नोपभुञ्जीत । बहिर्निष्क्रमणं शून्यागारचैत्यश्मशानवृक्षाश्रयानुच्चैर्भाष्यादिकं च परिहरेत् । न चाभीक्ष्णं तैलाभ्यङ्गोत्सादनानि निषेवेत ।

- सुश्रुतसंहिता

அழுக்கடைந்தவையும், மாறுதலடைந்தவையும், குறைபாடு உள்ளவையுமான உருவமுடையவற்றைத் தொடலாகாது. துர்நாற்றமுள்ளவைகளையும், காணக்கூடாதவைகளையும், திகிலுண்டாக்கும் கதைகளையும் தவிர்க்கவேண்டும். உலர்ந்ததும், பழையதும், நொதித்ததும், கசிந்ததும் ஆகிய உணவை உண்ணலாகாது. வெளியில் செல்லுதல், சூன்யமான வீடு, பௌத்தாலயம், மயானம், மரம் இவற்றை அண்டுதல், உரக்கப் பேசுதல் முதலியவற்றையும் தவிர்க்கவேண்டும். எண்ணெய் தேய்த்துக்கொள்வது, உடலைத் தேய்த்துவிடுதல் இவற்றை அடிக்கடி செய்தல் கூடாது.

(ஸுச்ருத ஸம்ஹிதா)

கர்ப்பிணிக்கு உருப்பெறாத நிலையில் கருச்சிதைவை ஏற்படுத்தும் என்ற பயத்தினால் எண்ணெய்க்குளி அடிக்கடி கூடாதென்று கூறப்பட்டது. ஐந்தாம் மாதத்தில் கருவானது திடமாக உருப்பெற்றுவிடுவதால் அதுமுதல் தினந்தோறும் எண்ணெய்க் குளி ஏற்றதே. கர்ப்பிணிக்கு எண்ணெய்க்குளிக்கு உபயோகிக்க "பலா தான்வந்தர தைலம்" **(बलाधान्वन्तरतैलम्)** ஏற்றது. இதையே தான்வந்தர தைலம் என்றும் கூறுவதுண்டு. இது ஆயுர்வேத வைத்தியசாலைகளில் கிடைக்கும்.

கர்ப்பிணிக்குத் தகாத மற்றும் சில நிலைகளும் அதன் விளைவுகளும் -

प्रततोत्तानशायिन्याः पुनः गर्भस्य नाभ्याश्रया नाडी कण्ठमनुवेष्टयति । विवृतशायिनी नक्तं चारिणी चोन्मत्तं जनयति, अपस्मारिणं पुनः कलिकलहशीला, व्यवायशीला, दुर्वपुषमह्रीकं स्त्रैणं वा शोकनित्या भीतमपचितमल्पायुषं वा । अभिध्यात्री परोपतापिनमीर्ष्युं स्त्रैणं वा, स्तेनात्वायासबहुलमतिद्रोहिणम-कर्मशीलं वा, - चरकसंहिता

அடிக்கடி மல்லாந்து படுக்கும் கர்ப்பிணியின் கருவினுடைய தொப்புழ்க்கொடி குழந்தையின் கழுத்தைச் சுற்றும். (இதனால் குழந்தையின் உயிருக்கு ஆபத்து நேரிட இடமுண்டு) திறந்தவெளியில் படுப்பவளும், இரவில் சுற்றுபவளும், பைத்திய நோயுள்ள குழந்தையைப் பெறுவாள். பாவம், கலகம் இவற்றைப் புரிபவள் வலிப்பு நோயுள்ளவனைப் பெறுவாள். அடிக்கடி புணர்பவள் கேடுற்ற உடலுள்ளவனையே, வெட்கமற்றவனையோ, பெண் தன்மை கொண்டவனையோ பெறுவாள். எப்பொழுதும் வருந்துபவள் பயந்தவனையோ, உடல் இளைத்தவனையோ, ஆயுள் குன்றியவனையோ பெறுவாள். தீங்கு நினைப்பவள் பிறருக்குத் தீங்கு செய்பவனையோ, பொறாமைய உள்ளவனையோ, பெண்தன்மை உள்ளவனையோ பெறுவாள். திருடுபவள் கிலேசமுடையவனையோ, மிகவும் தீங்கு நினைப்பவனையோ, உழைப்பற்றவனையோ பெறுவாள். (சரகஸம்ஹிதா)

अमर्षिणी चण्डमौपधिकमसूयकं वा, स्वप्ननित्या तन्द्रालुमबुधमल्पाग्निं वा, मद्यनित्या पिपासालुमल्पस्मृतिमनवस्थितचित्तं वा, गोधामांसप्राया शार्करिणमश्मरिणं शनैर्मेहिनं वा वराहमांसप्राया रक्ताक्षं

क्रथनमतिपरुषरोमाणं वा, मत्स्यमांसनित्या चिरनिमेषं स्तब्धाक्षं वा, मधुरनित्या प्रमेहिणं मूलमतिस्थूलं वा, अम्लनित्या रक्तपित्तिनं त्वगक्षिरोगिणं वा, लवणनित्या शीघ्रवलीपलितं स्खालित्यरोगिणं वा, कटुकनित्या दुर्बलमल्पशुक्रमनपत्यं वा, तिक्तनित्या शोषिणमबलमनुपचितं वा, कषायनित्या श्यावमानाहिनमुदावर्तिनं वा ।

- चरकसंहिता

பொறுமையற்றவள் கொடியவனையோ, கபடத்தன்மை உள்ளவனையோ, பொறாமையுள்ளவனையோ பெறுவாள். எப்பொழுதும் தூங்குபவள் சோம்பேறியையோ, அறிவற்றவனையோ, பசி குன்றியவனையோ பெறுவாள். எப்பொழுதும் மதுபானம் செய்பவள் விடாய் உடையவனையோ, நினைவு குன்றியவனையோ, நிலையற்ற மனமுள்ளவனையோ பெறுவாள். பெரும்பாலும் உடும்பு மாமிசமுண்பவள் சிறுநீரில் மணல் அல்லது கற்கள் உண்டாகும் நோயாளியையோ, மிகவும் மெதுவாகவும், குறைவாகவும் சிறுநீர் கழியும் நோயுள்ளவனையோ பெறுவாள். பெரும்பாலும் பன்றி இறைச்சியை உண்பவள் சிவந்த கண்ணுடைய வனையோ, மூச்சுத் தடையுள்ளவனையோ, மிகக் கடினமான உரோமமுள்ளவனையோ பெறுவாள். எப்பொழுதும் மீன் மாமிசம் உண்பவள் வெகுநேரம் கண் இமைக்காதவனையோ, முற்றிலும் கண் இமைப்பற்றவனையோ பெறுவாள். எப்போதும் இனிப்பையே உண்பவள் நீரிழிவு நோயுள்ளவனையோ, ஊமையையோ, மிகவும் பருத்த தேகம் உடையவனையோ பெறுவாள். (இனப்பாகிலும் பால் இதற்கு விதிவிலக்காகும்) எப்பொழுதும் புளிப்பையே உண்பவள் ரக்த பித்தநோய் (கண், காது, மூக்கு, வாய், மல துவாரங்கள், மயிர்க்காம்புகள் இவற்றின் வழியாக ரக்தம் கசியுதல் உள்ளவனையோ, சரும நோய் அல்லது கண் நோய் உள்ளவனையோ பெறுவாள். எப்பொழுதும் உவர்ப்பை உண்பவள் விரைவில் நரை, திரை பெறுபவனையோ,

வழுக்கை உள்ளவனையோ பெறுவாள். எப்பொழுதும் கார்ப்புச் சுவை உண்பவள், வலுக்குன்றியவனையோ விந்து குன்றியவனையோ, மக்கட்பேரற்றவனையோ பெறுவாள். எப்பொழுதும் கைப்புச்சுவை உண்பவள், க்ஷய நோயாளியையோ, வலுவற்றவனையோ, உடல் வளர்ச்சியற்ற வனையோ பெறுவாள். எப்பொழுதும் துவர்ப்புச்சுவை உண்பவள் கருநிறமுள்ளவனையோ வயிறு பொருமல் உள்ளவனையோ, மலம், சிறுநீர்த்தடையுடன் வாயு மேல் நோக்கும் நோய் உள்ளவனையோ பெறுவாள். (சரகஸம்ஹிதா)

கர்ப்பிணி வாயுவை விருத்திசெய்யும் பொருட்களை உண்ணுவதால் உண்டாகும் கெடுதி -

यदा च लब्धगर्भान्विक्षमेव वातलान्यासेवते तदास्या वायुः प्रकुपितः शरीरमनुसर्पन् गर्भाशयेऽवतिष्टमानः गर्भस्य जडबधिरमूकमिन्मिनगद्गदखञ्जकुब्जवामनहीनाङ्गाधिकाङ्गत्वा-न्यन्यं वा वातविकारं करोति । - अष्टाङ्गसंग्रहः

கருத்தரித்தவள் எப்பொழுதும் வாயுவை மிகுதியாக்கும் பொருட்களை உண்பாளாகில் அப்பொழுது மிகுதியான வாயுவானது உடம்பில் பரவி கருப்பையில் தங்கி கருவிற்கு ஜடத்தன்மை, செவிட்டுத்தன்மை, ஊமைத்தன்மை, திக்கும் தன்மை, சொல்தளர்ச்சி, நொண்டித்தன்மை, கூன்தன்மை, குள்ளத்தன்மை, உறுப்புக்குறைவு, உறுப்பின் மிகுதி மற்றும் வெவ்வேறு விதமான வாதநோய்கள் ஆகியவற்றை உண்டாக்கும். (அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம்)

கர்ப்பிணி பித்தத்தை மிகுதியாக்கும் பொருட்களை உட்கொள்வதால் உண்டாகும் தீங்கு -

तथा वायुवत् पित्तमपि खलतिपलितश्मश्रुहीनतात्वङ्नख-केशपैङ्गल्यादीनि । - अष्टाङ्गसंग्रहः

அவ்வாறே வாயுவிற்கு கூறியவாறு பித்தமும் கருவிற்கு வழுக்கை, நரை, மீசையின்மை, சருமம், நகம், கூந்தல் இவற்றை செம்பட்டை நிறம் முதலியவற்றை உண்டுபண்ணும்.

(அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம்)

கர்ப்பிணி கபத்தை அதிகப்படுத்தும் பொருட்களை உண்ணுவதால் நேரிடும் கெடுதி -

श्लेष्मा तु कुष्ठकिलाससदन्तत्वादीनि । - अष्टाङ्गसंग्रहः

கபமோவெனில் கருவிற்கு குஷ்டநோய், வெண்குஷ்ட நோய், பல்லுடன் பிறத்தல் முதலியவற்றை உண்டாக்கும்.

(அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம்)

நோயை உண்டுபண்ணுபவற்றை கர்ப்பிணி ஏற்பதால் குழந்தைக்கு நோயுண்டாகும் -

यद्यच्च यस्य यस्य व्याधेर्निदानमुक्तं तत्तदासेवमानान्तर्वत्नी तन्निमित्तविकारबहुलमपत्यं जनयति । - चरकसंहिता

எந்தெந்த நோய்க்கு எதெது (உணவு, செயல் முதலியவை) காரணமாகக் கூறப்பட்டதோ அதனை ஏற்கும் கர்ப்பிணியானவள் அந்தந்த காரணங்களுக்கேற்ப உண்டான நோய் நிரம்பிய குழந்தையைப் பெறுவாள்.

(சரகஸம்ஹிதா)

கர்ப்பிணிக்கு நசியமிடுவதாலுண்டாகும் தீங்கு -

गर्भिणीनां तु नारीणां नस्यतो नानुसेचयेत् ।
नस्यदानेन गर्भिण्याः प्राणस्तु परिहीयते ।।

कुणिर्वा यदि वान्धश्च जायते दुर्बलेन्द्रियः ।

- काश्यपसंहिता

கர்ப்பிணிகளுக்கு மருந்தை நாசி வழியாகச் செலுத்துவது கூடாது. இவ்வாறு செய்வதால் கர்ப்பிணிக்கு பிராணாபாயம் ஏற்படும். அல்லது குழந்தை முடமாகவோ, குருடாகவோ, புலன் வலுவற்றதாகவோ பிறக்கும். (காச்யப ஸம்ஹிதா)

கர்ப்பிணிக்கு வியர்ப்பித்தலால் நேரும் தீங்கு -

स्वेदेन तरुणे गर्भे पित्तं प्रकुपितं भृशम् ।
च्यावयेदाशु गर्भं तु तस्मात्स्वेदं विवर्जयेत् ।।

गर्भः स्थिरे तु विहितो गर्भवैवर्ण्यकारकः ।

- काश्यपसंहिता

கருவானது இளநிலையில் இருக்கும்போது கர்ப்பிணிக்கு வியர்ப்பித்தலால் பித்தம் மிகவும் அதிகரித்து கருவை விரைவில் வெளியேற்றும். கரு முதிர்ந்த நிலையில் இருக்கும்போது வியர்ப்பித்தாலோவெனில் கருவிற்கு நிறமாற்றத்தை உண்டாக்கும். (காச்யப ஸம்ஹிதை)

கர்ப்பிணி புகைபிடிப்பதால் ஏற்படும் தீங்கு -

धूमपानेन गर्भिण्या धूमतेजोहतो भृशम् ।
विवर्णो जायते गर्भः पतेद्वापि . . . . . . ।।

- काश्यपसंहिता

கர்ப்பிணியானவள் புகைபிடிப்பதால் கருவானது புகையின் வெப்பத்தால் தாக்கப்பட்டு நிறமாற்றமடைந்து பிறக்கும். அல்லது சிதைவுறும். (காச்யபஸம்ஹிதை)

கர்ப்பிணி தேய்பிறைச் சந்திரன் முதலியவற்றைப் பார்ப்பது கூடாது -

क्षीयमाणं च शशिनमस्तं यान्तं च भास्करम् ।
न पश्येद्गर्भिणी नित्यं नाप्युभौ राहुदर्शने ।।

- काश्यपसंहिता

தேய்பிறைச் சந்திரனையும், அஸ்தமித்துக் கொண்டிருக்கும் ஸூர்யனையும், கிரஹணம் பிடித்த நிலையில் இவ்விருவரையும் கர்ப்பிணி காணுதல் கூடாது. (காச்யப ஸம்ஹிதை)

கர்ப்பிணி விருந்தினரைப் பகைத்தல் கூடாது -

न द्विष्यादतिथिं भिक्षां दद्यान्न प्रतिवारयेत् ।

- काश्यपसंहिता

கர்ப்பிணியானவள் விருந்தினரைப் பகைத்தல் கூடாது. பிக்ஷையை இடவேண்டும். அதைத் தடுத்தலும்கூடாது. (காச்யப ஸம்ஹிதை)

கர்ப்பிணி நிறைகுடம் முதலியவற்றை மூடலாகாது -

पूर्णकुम्भं घृतं माल्यं पूर्णपात्रघृतं दधि ।
न किञ्चित्प्रतिरुध्नीयात् . . . . ।।

- काश्यपसंहिता

கர்ப்பிணியானவள் நிறைகுடம், நெய், மாலை, நெய் நிரம்பிய பாத்திரம், தயிர் நிரம்பிய பாத்திரம் இத்தகைய எதையும் மூடலாகாது. (காச்ய்ப ஸம்ஹிதை)

கர்ப்பிணி கட்டுவதைத் தவிர்க்கவேண்டும் -

सूत्रेण तनुना रज्ज्वा स्तम्भनं बन्धनानि च ।
वर्जयेद्गर्भिणी नित्यं कामं बन्धनानि मोक्षयेत् ।।

- काश्यपसंहिता

கர்ப்பிணியானவள் மெல்லிய நூல் அல்லது கயிற்றினால் தடுப்பதையும், கட்டுவதையும் தவிர்க்கவேண்டும். இஷ்டம்போல் கட்டுகளை விடுவிக்கலாம்.

(காச்யப ஸம்ஹிதா)

கர்ப்பிணி நிமிர்ந்து நிற்பது முதலியவை கூடாது -

नैवोन्नता न प्रणता न गुरुं धारयेच्चिरम् ।
उद्वेजनं तथा हास्यं सङ्घातं चापि वर्जयेत् ।।

- काश्यपसंहिता

கர்ப்பிணியானவள் நிமிர்ந்து நிற்பது, வணங்கியிருத்தல், கனத்த பொருளை வெகுநேரம் தாங்குதல், பயமுண்டாக்குதல், சிரிப்பு, தாக்குதல் இவற்றைத் தவிர்க்கவேண்டும்.

(காச்யப ஸம்ஹிதை)

கர்ப்பிணியின் உறுப்பிலுண்டாகும் தீங்கு குழந்தையின் உறுப்பையும் தாக்கும் -

दोषाभिघातैर्गर्भिण्या यो यो भागः प्रपीड्यते ।
स स भागः शिशोस्तस्याः गर्भस्थस्य प्रपीड्यते ।।

- सुश्रुतसंहिता

வாயு முதலிய தோஷங்களாலோ அல்லது அடிபடுதல் முதலிய வெளிக்காரணங்களாலோ கர்ப்பிணிக்கு எந்தெந்த

உறுப்பு பாதிக்கப்படுகிறதோ வயிற்றிலுள்ள குழந்தையின் அந்தந்த உறுப்பும் பாதிக்கப்படும். (ஸுச்ருத ஸம்ஹிதை)

கர்ப்பிணிக்கு பும்ஸவன காலம் -

आपन्नगर्भां स्त्रियमभिसमीक्ष्य प्राग्व्यक्तीभावाद्गर्भस्य पुंसवनमस्यै दद्यात् । - चरकसंहिता

பெண் கருத்தரித்தாள் என்பதை அறிந்து கருவானது ஆண் அல்லது பெண் உருவத்தைத் தெளிவாக அடைவதற்கு முன்பே கர்ப்பிணிக்கு பும்ஸவனத்தை (ஆண் குழந்தை பிறப்பதற்கான மருந்தை)க் கொடுக்கவேண்டும்.

- (சரகஸம்ஹிதா)

கருவானது இரண்டாவது மாதத்தில் ஆண் அல்லது பெண் உருவத்தை அடைவதால் முதல் மாதத்திலேயே பும்ஸவனத்தை கொடுக்கவேண்டும். அதற்குப் பிறகு கொடுப்பது பயனற்றதாகும்.

மனிதனின் முயற்சி தைவச்செயலையும் மீறலாம் -

बली पुरुषकारो हि दैवमप्यतिवर्तते ।

- अष्टाङ्गहृदयम्

மனிதனின் பலமான முயற்சியானது தைவச் செயலையும் (அது பலமற்றதாக இருப்பின்) மீறுகின்றதல்லவா!

(அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

ஆண் குழந்தையைப்பெறுவது தைவச்செயலுக்கே உட்பட்டது என்பதில்லை. மனிதனின் முயற்சியாலும் (பும்ஸவன முறையைக் கையாளுவது) ஆண் குழந்தையைப் பெற இடமுண்டு என்பது கருத்து.

பும்ஸவன முறைகள் -

पुष्ये पुरुषकं हैमं राजतं वाथ वायसम् ।
कृत्वाग्निवर्णं निर्वाप्य क्षीरे तस्याञ्जलिं पिबेत् ।।

गौरदण्डमपामार्गं जीवकर्षभसैर्यकान् ।
पिबेत्पुष्ये जले पिष्टानेकद्वित्रिसमस्तशः ।।

क्षीरेण श्वेतबृहतीमूलं नासापुटे स्वयम् ।
पुत्रार्थं दक्षिणे सिञ्चेद्वामे दुहितृवाञ्छया ।।

पयसा लक्ष्मणामूलं पुत्रोत्पादस्थितिप्रदम् ।
नासयाऽऽस्येन वा पीतं वटशृङ्गाष्टकं तथा ।।

- अष्टाङ्गहृदयम्

கர்ப்பிணி தங்கம், வெள்ளி அல்லது இரும்பாலான ஆண் உருவத்தைப் பூச நக்ஷத்திரத்தில் செந்நிறமாகக் காய்ச்சிப் பாலில் நனைத்து அந்தப் பாலை பதினாறு தோலா அளவு பருகவேண்டும்.

வெண்ணிறமுள்ள நாயுருவி, ஜீவகம், ருஷபகம், அருங்குருஞ்சி இவற்றை ஒன்று அல்லது இரண்டு அல்லது மூன்று அல்லது யாவும் தண்ணீர் விட்டரைத்துப் பூச நக்ஷத்திரத்தில் பருகவேண்டும்.

வெள்ளைக் கண்டங்கத்திரியின் வேரைப் பாலுடன் கரைத்துப் பூச நக்ஷத்திரத்தில் ஆண் குழந்தைக்காக வலது நாசியிலும், பெண் குழந்தைக்காகவெனில் இடது நாசியிலும் தானே (கணவன்) பிழியவேண்டும்.

லக்ஷ்மணப் பஞ்சின்வேர் அல்லது ஆலம் குருத்து எட்டு (எண்ணிக்கையில்) இதைப் பாலுடன் அரைத்து நாசி

வழியாலோ, வாய் வழியாகவோ பருகுதல் ஆண் குழந்தையைப் பிறக்கச் செய்வதுடன் அதற்கு நிலைத்தலையும் தரும். (அஷ்டாங்கஹிருதயம்)

இங்கு கூறப்பட்ட முறைகளில் ஏதேனும் ஒன்றைக் கையாளலாம். இறுதியில் கூறப்பட்ட இருமுறைகள் குழந்தைகளை இழக்கும் இயல்புடையவளுக்கும் ஏற்றவை.

மலட்டுத் தன்மை நீங்கி கருத்தரிப்பதற்கும், கருச்சிதைவு ஏற்படாமலிருப்பதற்கும், கருத்தரித்தவள்ஆண் குழந்தையைப் பெறுவதற்கும், குழந்தைகளை இழக்கும் இயல்புடையவள் நீண்ட ஆயுளுடைய ஆண் குழந்தையைப் பெறுவதற்கும் பலகிருதம் (फलघृतम्) என்னும் நெய் மருந்தை உபயோகிப்பது மிகவும் உபயோகிப்பது மிகவும் நல்லது. இதையும் பூச நக்ஷத்திரத்தில் தொடங்கி உட்கொள்வது நலம், இது ஆயுர்வேத வைத்தியர்களிடம் கிடைக்கும்,

கரு ஆண் அல்லது பெண் உருவத்தைப் பெற்றதன் குறி

. . . . तत्र व्यक्तस्य लक्षणम् ।
क्षामता गरिमा कुक्षौ मूर्छा च्छर्दिररोचकः ।।

जृम्भा प्रसेकः सदनं रोमराज्याः प्रकाशनम् ।
अम्लेष्टता स्तनै पीनौ सस्तन्यौ कृष्णचूचुकौ ।।

पादशोफो विदाहोऽन्ये श्रद्धाश्च विविधात्मकाः ।
- अष्टाङ्गहृदयम्

உடல் வாட்டம், வயிற்றல் கனம், மயக்கம், வாந்தி, ருடுயின்மை, கொட்டாவி, வாயில் நீர் ஊறுதல், ஓய்ச்சல், வயிற்றில் உரோம வரி வெளிப்படுதல், புளிப்புச் சுவையில்

விருப்பம், முலைகள் பெருத்தல், அவற்றில் பால் சுரத்தல், முலைக்காம்புகள் கருத்தல், பாதத்தில் வீக்கம், வெவ்வேறு விதமான விருப்பங்கள் ஆகியவை கரு ஆண் அல்லது பெண் உருவத்தைப் பெற்றதன் குறிகளாகும். நெஞ்செரிவும் தோன்றுமெனப் பிறர் கூறுவர். (அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

ஆண்-பெண் குழந்தைகள் பிறப்பதற்கான முற்குறிகள் -

प्राग्दक्षिणस्तनस्तन्या पूर्वं तत्पार्श्वचेष्ठिनी ।
पुन्नामदौहृदप्रश्नरता पुंस्वप्नदर्शिनी ।।

उन्नते दक्षिणे कुक्षौ गर्भे च परिमण्डले ।
पुत्रं सूतेऽन्यथा कन्यां या चेच्छति नृसङ्गतिम् ।।

नृत्यवादित्रगान्धर्वगन्धमाल्यप्रिया च या ।

- अष्टाङ्गहृदयम्

முதலில் வலது மார்பகத்தில் சுரந்த பாலையுடையவளும், வலது பக்கமாகவே முதலில் செயல் புரிபவளும், ஆண்பாற் பெயருள்ள பொருட்களை விரும்புவதிலும், அவற்றைப் பற்றியே கேட்பதிலும் ஈடுபட்டிருப்பவளும், ஸ்வப்னத்தில் ஆண் குழந்தைகளைப் பார்ப்பவளும், வயிற்றில் வலப்புறம் உயர்ந்திருக்கையிலும், கருவானது வட்டமாக இருக்கையிலும், ஆண் குழந்தையைப் பெறுவாள். இவற்றிற்கு மாறுபட்ட நிலையிலும் புருஷனுடன் சேருவதில் விருப்பமுடையவளும், நாட்டியம், வாத்தியம், இசை, நறுமணம், பூமாலை இவற்றில் விருப்பமுள்ளவளும் பெண் குழந்தையைப் பெறுவாள்.

(அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

இரட்டைப்பிள்ளை பிறப்பதற்கான முற்குறி -

यमौ पार्श्वद्वयोन्नामात्कुक्षौ द्रोण्यामिव स्थिते ।।

- अष्टाङ्गहृदयम्

வயிற்றின் இருபுறங்களும் உயர்ந்து தொட்டிபோல் அமைந்திருந்தால் இரட்டைக் குழந்தைகள் இருப்பதைக் குறிக்கும். (அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

குழந்தையின் உடல் நிறத்தை உண்டாக்குபவை -

क्षीरादिमधुराणामुपयोगान्मातुरुदकविहाराच्च गौरता । तिलान्नविदाहिना कृष्णता । व्यामिश्राणां श्यामता । देशकुलानुवृत्तितश्च वर्णभेदः । - अष्टाङ्गसंग्रहः

தாய்ப்பால் முதலிய இனிப்புப் பொருட்களை உண்பதாலும், நீரில் விளையாடுவதாலும் (குளம் முதலியவற்றில் இறங்கி வெகுநேரம் நீராடுவது) குழந்தைக்கு வெண்ணிறமும். எள் சாதம் நெஞ்செரிவுண்டாக்குபவை இவற்றால் கருநிறமும், மேற்கூறியவற்றைக் கலந்து உபயோகிப்பதால் இளங்கருநிறமும் உண்டாகும் வசிக்குமிடம், இனம் இவற்றை அனுசரித்தும் நிறப்பிரிவுகள் அமையும். (அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம்)

குங்குமப்பூவை இலேசாக வறுத்துப் பொடித்து வைத்துக்கொண்டு இதைச் சிறிதளவு காய்ச்சிப் பசும்பாலில் கலந்து கர்ப்பிணியானவள் தினந்தோறும் பருகுவது பிறக்கப் போகும் குழந்தைக்குச் சிவந்தநிறம் உண்டாவதில் பெரிதும் உதவுகின்றது என்பது அனுபவத்திற்கண்ட உண்மையாகும்.

குழந்தையின் மனநிலையின் தன்மையைச் செய்பவை -

सत्ववैशेष्यकराणि पुनस्तेषां तेषां मातापितृसत्वान्यन्तर्वल्याः श्रुतयश्चाभीरणं स्वोचितं कर्म सत्वविशेषाभ्यासश्चेति ।

- चरकसंहिता

தாய் தந்தையரின் மனம் கர்ப்பிணியானவள் அடிக்கடி கேள்விப்படுபவை, (கதைகள், நாடகங்கள் முதலியன) கருவின் முன்வினைப்பயன். கருவின் முற்பிறவியின் பழக்கம் ஆகியவை குழந்தையின் மனநிலையின் தன்மையை உருவாக்குகின்றன. (சரகஸம்ஹிதா)

மசக்கையை அலக்ஷியம் செய்வது தகாது -

मातृजं ह्यस्य हृदयं मातुश्च हृदयेन तत् ।
सम्बद्धं तेन गर्भिण्याः नेष्टं श्रद्धाविमाननम् ।।

- अष्टाङ्गहृदयं

கருவின் இதயம் தாயினிடமிருந்து உண்டானதாகும். இது தாயின் இதயத்துடன் பிணைக்கப்பட்டுமுள்ளது. ஆகையால் கர்ப்பிணியின் விருப்பத்தை (மசக்கையை) அலக்ஷியம் செய்வது தகாது. (அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

கர்ப்பிணிக்கு இதமாகாததையும் கொடுக்கவேண்டும் -

देयमप्यहितं तस्यै हितोपहितमल्पकम् ।

- अष्टाङ्गहृदयम्

கர்ப்பிணிக்கு இதமல்லாததையும் (கர்ப்பிணி விரும்பினால்) இதமானதோடு கலந்து சொற்ப அளவில் கொடுக்கவேண்டும். (அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

மசக்கையை நிறைவேற்றுவதால் உண்டாகும் நன்மை -

लब्धदौहृदा हि वीर्यवन्तं चिरायुषं च पुत्रं जनयति ।

- सुश्रुतसंहिता

நிறைவேற்றப்பட்ட மசக்கையை உடைய கர்ப்பிணி வீர்யமுள்ளவனும் நீண்ட ஆயுள் உடையவனுமான மகனைப் பெறுவாள். (ஸுச்ருதஸம்ஹிதா)

மசக்கையை அலக்ஷியம் செய்வதால் ஏற்படும் தீங்கு -

दौहृदविमाननात् कुब्जं कुणिं खञ्जं जडं वामनं विकृताक्षमनक्षं वा नारी सुतं जनयति । - सुश्रुतसंहिता

மசக்கையை அலக்ஷியம் செய்வதால் பெண் (கர்ப்பிணி) குழந்தையை கூனாகவோ, முடமாகவோ, நொண்டியாகவோ, ஜடமாகவோ, குள்ளமாகவோ, சீர்கெட்ட கண்ணை உடைய தாகவோ, குருடாகவோ பெறுவாள். (ஸுச்ருதஸம்ஹிதா)

மசக்கையை அடக்கிக்கொள்வதால் உண்டாகும் கெடுதி -

प्रार्थनासन्धारणाद्धि वायुः प्रकुपितोन्तश्शरीरमनिचरन् गर्भस्यापद्यमानस्य विनाशं वैरूप्यं वा कुर्यात् । - चरकसंहिता

மசக்கையை அடக்கிக்கொள்வதால் கோபமடைந்த வாயுவானது உடலினுள் பரவிக்கொண்டு உருப்பெறும் கருவிற்கு அழிவையோ, உருமாற்றத்தையோ உண்டாக்கும்.
- சரகஸம்ஹிதா

கருவிலுள்ள குழந்தையின் தன்மைக்கேற்ப மசக்கை -

राजसन्दर्शने यस्या दौहृतं जायते स्त्रियाः ।
अर्थवन्तं महाभागं कुमारं सा प्रसूयते ।।

दुकूलपट्टकौशेयभूषणादिषु दौहृदात् ।
अलङ्कारैषिणं पुत्रं ललितं सा प्रसूयते ।।

आश्रमे संयतात्मानं धर्मशीलं प्रसूयते ।
देवताप्रतिमायान्तु प्रसूते पार्षदोपमम् ।।

दर्शने व्यालजातीनां हिंसाशीलं प्रसूयते ।
अतोऽनुक्तेषु या नारी समभिध्याति दौहृदम् ।।

शरीराचारशीलैः सा समानं जनयिष्यति ।

- सुश्रुतसंहिता

எந்தப் பெண்ணுக்கு (கர்ப்பிணிக்கு) அரசனைக்காண மசக்கை உண்டாகிறதோ அவள் பொருள் நிறைந்தவனும், பாக்யசாலியுமான மகனைப் பெறுவாள். ஆடைகள், பட்டாடைகள், அணிகலன்கள் முதலியவற்றில் மசக்கை கொள்வதால் அலங்காரத்தில் விருப்பமுள்ளவனும், கலைகளில் ஆர்வமுடையவனுமான மகனைப் பெறுவாள். ஆசிரமத்தில் மசக்கைக் கொள்வதால் அடக்கமுடையவனும், தர்மசீலனுமான மகனைப் பெறுவாள். தேவ விக்ரஹங்களில் மசக்கைக் கொள்வதால் கடவுளின் சபையில் இருப்பவனைப் போன்ற மகனைப் பெறுவாள். துஷ்ட பிராணிகளைக் காண மசக்கைக் கொள்வதால் துன்புறுத்தும் இயல்புடைய மகனைப் பெறுவாள். மற்றும் இங்கு கூறப்படாத எந்தெந்த பொருள்களில் கர்ப்பிணி மசக்கைக் கொள்கிறாளோ அந்தந்த பொருளின் அமைப்பு, நடத்தை இயல்பு ஆகியவற்றிற்கு ஈடான அமைப்பு முதலானவற்றைக் கொண்ட மகனைப் பெறுவாள்.

(ஸுச்ருத ஸம்ஹிதா)

கர்ப்பிணிக்கு மருத்துவம் செய்யவேண்டிய முறை -

व्याधींश्चास्या मृदुमधुरशिशिरसुखैरौषधाहारविहारैरुपाचरेत् ।
वमनादिसाध्येषु पुनर्विकारेषु मृदुभिस्तदर्थकारिभिर्वोपक्रमेत् ।
पूर्णमिवतैलपात्रमसंक्षोभयद् गर्भिणीमुपाचरेत् । - अष्टाङ्गसंग्रहः

கர்ப்பிணிக்குண்டாகும் நோய்களை மென்மை, இனிப்பு, குளிர்மை, சுகம் ஆகிய தன்மைகளுள்ள மருந்து, உணவு, செயல் இவற்றால் நீக்கவேண்டும். வாந்தி செய்வித்தல் முதலியவற்றால் போக்கத்தக்க நோய்களில் மிருதுவான முறைகளாலாவது, வாந்தி முதலியவற்றின் பலனை அளிக்கும் முறைகளாலாவது மருத்துவம் செய்யவேண்டும். எண்ணெய் நிரம்பிய கலத்தைப்போல் கர்ப்பிணியை நலிவு உண்டாகாமல் உபசரிக்கவேண்டும். (அஷ்டாங்கஸங்கிரஹம்)

கர்ப்பிணிக்கு ஆபத்து நிலையில் மருத்துவம் செய்யவேண்டிய முறை -

. . . . विधिरात्ययिके पुनः ।
तीक्ष्णैरपि क्रियायोगैः स्त्रियं यत्नेन पालयेत् ।।
- अष्टाङ्गसंग्रहः

ஆபத்தான நிலையிலோவெனின் கடுமையான முறைகளாலும் பெண்ணை (கர்ப்பிணியை) தனி முயற்சியுடன் பாதுகாக்கவேண்டும். (அஷ்டாங்க ஸங்கிரகம்)

கர்ப்பிணிக்கு அரிப்பு முதலியவை உண்டாவதற்கு ஏது -

गर्भेणोत्पीडिता दोषास्तस्मिन् हृदयमाश्रिताः ।
कण्डूं विदाहं कुर्वन्ति गर्भिण्याः किक्किसानि च ।।
- अष्टाङ्गहृदयम्

கர்ப்பிணிக்கு ஏழாவது மாதத்தில் கருவினால் உந்தப்பட்ட வாயு முதலிய தோஷங்கள் இதயத்தை அடைந்து அரிப்பு, நெஞ்செரிவு, தோலில் வெடிப்பு ஆகியவற்றை உண்டாக்குகின்றன. (அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

கர்ப்பிணிக்குண்டாகும் அரிப்பு முதலியவற்றிற்கு மருந்து

नवनीतं हितं तत्र कोलाम्बुमधुरौषधैः ।
सिद्धं . . . . ।।

चन्दनोशीरकल्केन लिम्पेदूरुस्तनोदरम् ।
अश्वघ्नपत्रसिद्धेन तैलेनाभ्यज्य मर्दयेत् ।

पटोलोनिम्बमञ्जिष्ठासुरसैः सेचयेत्पुनः ।
दार्वीमधुकतोयेन मृजां च परिशीलयेत् ।।

- अष्टाङ्गहृदयम्

கர்ப்பிணிக்குண்டாகும் அரிப்பு முதலிய நோய்களில் இலந்தைக் கஷாயத்தில் கீரைப்பாலை அதிமதுரம் முதலிய இனிப்புப் பொருட்களின் விழுதுடன் வெண்ணெய் சேர்த்துக் காய்ச்சி, அதைப் பருகுவது நல்லது. சந்தனம், விளாமிச்ச வேர் இவற்றின் விழுதினால் தொடைகள், மார்பகம், வயிறு இவற்றில் பூசவேண்டும். அரளி இலை சேர்த்துக் காய்ச்சிய தைலத்தால் தேய்த்துப் பிடித்துவிடவேண்டும். பேய்ப்புடல், வேப்பம்பட்டை, மஞ்சிட்டி, துளசி இவற்றின் கஷாயத்தினால் நனைக்கவேண்டும். மரமஞ்சள், அதிமதுரம் இவற்றின் கஷாயத்தினால் ஸ்நானம் செய்யவேண்டும்.

(அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

சொரி முதலியவற்றிற்கு பூசுவதற்கு 'சததௌதக்ருதம்' (शतधौतघृतम्) என்னும் நெய் மருந்தையும், 'நால்பாமராதி தைலம்' என்னும் எண்ணெய் மருந்தைக் கையாள்வது மிகவும் சிறந்தது.

கர்ப்பிணிக்குச் சொரிதல் கூடாது -

जातकण्डूश्च कण्डूयनं वर्जयेत् त्वग्भेदवैरूप्यपरिहारार्थम् ।

- चरकसंहिता

கர்ப்பிணியானவள் அரிப்புண்டானால் தோல் வெடிப்பு, நிறமாற்றம் இவற்றைத் தவிர்க்கவேண்டுமாதலால் சொரிவது கூடாது. (சரகஸம்ஹிதா)

கர்ப்பிணிக்கு எட்டாவது மாதம் முதல் புணர்ச்சி முற்றிலும் கூடாது -

सम्प्राप्ते चाष्टमे मासे मैथुनं परिवर्जयेत् ।
यदि गच्छति दुर्मेधाः काममोहादचेतनः ।।

विपद्यते तदा गर्भो गर्भिणी च विनश्यति ।
अन्धमूकादिबधिरो जायते कुब्ज एव वा ।।

- भैषज्यरत्नावलिः

எட்டாவது மாதம் வந்ததுமே ஆண் சேர்க்கையைத் தவிர்க்கவேண்டும். அறிவற்றவன் காமத்தின் வெறியால் உணர்விழந்து புணர்வானாகில் கர்ப்பம் சிதைவுறும். கர்ப்பிணியும் அழிவாள் அல்லது குழந்தையானது குருடனாகவோ, ஊமையாகவோ, செவிடாகவோ, கூன் விழுந்ததாகவோ பிறக்கின்றது. (பைஷஜ்ய ரத்னாவளி)

எட்டாவது மாதத்தில் பிரசவித்தல் ஏற்றதல்ல -

ओजोऽष्टमे सञ्चरति मातापुत्रौ मुहुः क्रमात् ।
तेन तौ म्लानमुदितौ तत्र जातो न जीवति ।।

शिशुरोजोऽनवस्थानान्नारी संशयिता भवेत् ।

- अष्टाङ्गहृदयम्

तस्मात्प्रसवप्रतिषेधार्थं स्त्री स्नाता शुचिर्ब्रह्मचारिणी देवताराधनपरा स्यात् ।
- अष्टाङ्गसंग्रहः

எட்டாவது மாதத்தில் ஓஜஸ்ஸானது (நம் உடம்பிலுள்ள ஏழு தாதுக்களுடைய ஸாரமான உயிர்ப்பொருள்) தாயினிடமும் கருவினடமும் மாறி மாறி சென்றுகொண்டிருக்கும். ஆதலால் அவ்விருவரும் ஓஜஸ் தன்னிடமில்லாதபோது வாட்டம் அடைந்தும், தன்னிடமிருக்கும்போது மகிழ்ந்தும் காணப்படுவர். அந்நிலையில் பிறக்கும் குழந்தையானது (ஓஜஸ் நிலை பெறாததால்) உயிரிழக்கும். தாயின் உயிர் சந்தேகத்திற்கு இடமாகும். (ஓஜஸ் கருவினிடம் சென்ற நிலையில் பிரசவம் ஏற்பட்டால் ஓஜஸ் இல்லாமை காரணமாக தாய் உயிரிழப்பாள். ஓஜஸ் தாயிடம் தங்கி இருக்கும் நிலையில் பிரசவமுண்டானால் தாய் உயிர் வாழ்வாள்).

(அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

ஆகையால் எட்டாவது மாதத்தில் பிரசவத்தைத் தடுப்பதற்காகப் பெண்ணானவள் (கர்ப்பிணியானவள்) ஸ்நானம் செய்தவளாயும், சுத்தமாக இருப்பவளாயும், புலனடக்கமுடையவளாயுமிருந்து கடவுள் வழிபாட்டில் ஈடுபட்டவளாக இருக்கவேண்டும். (அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம்)

பிரசவத்திற்கு உரிய காலமும், காலம் கடந்த நிலையும் -

तस्मिंस्त्वेकाहयातेऽपि कालस्सूतेरतः परम् ।
वर्षाद्विकारकारी स्यात् कुक्षौ वातेन धारितः ।।

- अष्टाङ्गहृदयम्

எட்டாவது மாதம் கடந்து ஒரு நாளாகிவிட்டாலும் அது தொடங்கிய காலம் பிரசவத்திற்கு உரிய காலமாகும். ஒரு ஆண்டிற்குப் பிறகும் குழந்தையானது வாயுவினால் வயிற்றுள் நிறுத்தப்பட்டால் அது பல கோளாறுகளை உண்டுபண்ணும். (அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

கர்ப்பிணி பிரசவ அறையில் பிரவேசிக்கும் காலம் -

प्राक् चैव नवमान्मासात्सूतिकागृहमाश्रयेत् ।
. . . . साधकेऽहनि ।।

- अष्टाङ्गहृदयम्

கர்ப்பிணி ஒன்பதாவது மாதம் தொடங்கும் முன்னதாகவே அனுகூலமான நாளில் பிரசவ அறையினுள் பிரவேசிக்கவேண்டும். (அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

ஒன்பதாவது மாதம் தொடக்கத்திலிருந்தே பிரசவ காலமாதலால் அதற்கு முன்னதாகவே பிரசவ அறையினுள் செல்லவேண்டும் என்று கூறப்படுகிறது.

ஒன்பதாவது மாதமுதல் கர்ப்பிணிக்கு எண்ணெய் தேய்த்தல் அவசியம் -

निःस्नेहाङ्गीं न नवमान्मासात्प्रभृति वासयेत्

- अष्टाङ्गहृदयम्

கர்ப்பிணியை எண்ணெய்ப்பசையற்ற உடலுள்ளவளாக இருக்கச் செய்யலாகாது. (அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

ஒன்பதாம் மாத ஆரம்பத்திலிருந்து பிரசவம்வரை தினந்தோறும் தான்வந்தரவாடி (धान्वन्तरवटी) என்ற வாயு மாத்திரையை காலையிலும், மாலையிலும் வறுத்த ஜீரக கஷாயத்துடன் உட்கொள்வதால் எவ்வித தொந்தரவுமின்றி ஸுகப் பிரசவமுண்டாகுமென்பது அனுபவத்தில் கண்ட உண்மை.

கர்ப்பிணிக்குண்டான உதாவர்த்த நோயை அலக்ஷியம் செய்யலாகாது -

उदावर्तो हि समुपेक्षितः सहसा सगर्भां गर्भिणीमतिपातयेत् ।
यस्याः पुनरुदावर्तविबन्धः स्यात्तं वातहरस्निग्धान्नपानैरुपाचरेत् ।

- अष्टाङ्गसंग्रहः

கர்ப்பிணிக்குண்டாகும் 'உதாவர்த்தம்' (மலம், மூத்திரம் முதலியவற்றின் தடையால் வாயு மேல்நோக்குதல்) என்னும் நோய் அலக்ஷியம் செய்யப்பட்டால் அது விரைவில் கருவுடன் கூடிய கர்ப்பிணியை அழித்துவிடும். ஆகையால் உதாவர்த்த நோயுள்ளவளை வாயுவைப் போக்கும் தன்மையும், நெய்ப்புத் தன்மையுமுள்ள உணவு, பானம் ஆகியவற்றால் உபசரிக்க வேண்டும்.

(அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம்)

கர்ப்பிணிக்கு 'உதாவர்த்தம்' என்னும் நோய் உண்டாகாமல் தடுக்கவும், இந்த நோய் உண்டானால் அதை நீக்கவும், பொதுவாக மலச்சிக்கலைப் போக்கவும், பிரசவத்தை எளிதாக்கவும் 'ஸுகுமார ரஸாயனம்' (सुकुमाररसायनम्) என்னும் லேகியத்தையாவது, நெய் மருந்தையாவது தினந்தோறும் இரவில் படுக்கும்பொழுது சாப்பிடுவது மிகவும் சிறந்தது.

கருப்பையில் கருவிருக்கும் நிலை -

गर्भस्तु मातुः पृष्ठाभिमुखो ललाटे कृताञ्जलिः संकुचिप्ताङ्गो गर्भकोष्ठे दक्षिणपार्श्वमाश्रितोवतिष्ठते पुमान् । वामं स्त्री । तत्र स्थितश्च गर्भो मातरि स्वपन्त्यां स्वपिति प्रबुद्धायां प्रबुध्यते । - अष्टाङ्गसंग्रहः

கருவானது கருப்பையில் தாயின் முதுகுப்புறத்தை நோக்கியதாயும், நெற்றியில் கூப்பிய கைகளுடையதாகவும், குறுக்கிய உடலைக் கொண்டதாயும் அமைந்திருக்கும். ஆண் குழந்தையாகில் வலது பக்கத்திலும், பெண் குழந்தையாகில் இடப்புறத்திலும் தங்கி இருக்கும். தாய் தூங்குகையில் குழந்தையும் தூங்கும். அவள் விழித்திருக்கையில் குழந்தையும் விழித்திருக்கும். (அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம்)

பிரசவ காலத்தில் கரு வெளிவரும்முறை -

एवं जठरस्थो गर्भो जन्मकाले तु प्रसूतिमारुतयोगात् परिवृत्यावाक्शिरा निष्कामत्यनु चापरा च्युता मातृहृदयात् । एषा प्रकृतिः विकृतिरोऽन्यथा । - अष्टाङ्गसङ्ग्रहः

இவ்வாறு கருப்பையில் உள்ள கர்ப்பமானது பிரசவ காலத்தில் பிரசவத்திற்கேதுவான வாயு காரணமாக திரும்பி கவிழ்ந்து வெளியேறுகிறது. அதைத் தொடர்ந்து தாயின் இதயத்திலிருந்து விடுபட்ட மாயை வெளியேறுகிறது. இது இயற்கை நிலையாகும். இதற்கு மாறுபட்ட நிலையானது முரண்பட்ட நிலையாகும்.

(அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம்)

பிரசவ நேரம் நெருங்கியபோது காணும் குறிகள் -

आसन्नप्रसवे ग्लानिः कुक्ष्यक्षिश्लथता क्लमः ।
अधोगुरुत्वमरुचिः प्रसेको बहुमूत्रता ।।

वेदनोरुदरकटीपृष्ठहृद्बस्तिवंक्षणे ।
योनिभेदरुजातोदस्फुरणस्त्रवणानि च ।।

आवीनमनुजन्मातस्ततो गर्भोदकस्त्रुतिः ।

- अष्टाङ्गहृदयम्

உடல் வாட்டம், வயிறு, கண் இவை தளர்ந்திருத்தல், களைப்பு, அடிவயிறு கனத்திருத்தல், ருசியின்மை, வாயில் நீர் ஊறல், அதிக அளவில் சிறுநீர் பிரிதல். தொடைகள், வயிறு, இடுப்பு, முதுகு, இதயம், சிறுநீர்ப்பை, தொடை இடுக்குகள் இவற்றில் வேதனை. பெண் குறியில் பிளத்தல் போன்ற வலி, சாதாரணவலி, குத்துவலி போன்றவலி, துடிப்பு, கசிவு ஆகியவை தோன்றுதல், அதன்பின் கருப்பை நீர் வெளியேறத் தொடங்குதல் ஆகியவை பிரசவ நேரம் நெருங்கும்போது காணும் குறிகளாகும்.

(அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

பிரசவ காலத்தில் முக்குதலும் அதன் வரையறையும் -

मृदु पूर्वं प्रवाहेत बाढमाप्रसवाच्च सा । - अष्टाङ्गसङ्ग्रहः

अकालप्रवाहणाद्बधिरं मूकं कुब्जं व्यस्तहनुं मूर्धाभिघातिनं कासश्वासशोषोपद्रुतं विकटं वा जनयति । - सुश्रुतसंहिता

பிரசவ வலி தோன்றியவுடன் ஆரம்பத்தில் மெதுவாகவும், பிறகு பிரசவமாகும் வரையில் மும்முரமாகவும் முக்குதல்வேண்டும். (அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

வலிதோன்றாத நிலையில் முக்குவதால் செவிடனை யாவது, ஊமையையாவது, கூனனையாவது, தான் பொருத்த மற்றவனையாவது, மண்டையில் தாக்குதல் அடைந்தவனை யாவது, இருமல், இளைப்பு, க்ஷயம் இந்த நோய்கள் உள்ளவனையாவது காண்போர் சிரிக்கும்படியான உடல் அமைப்புடையவனையாவது பிறக்கச் செய்வாள்.

(ஸுச்ருத ஸம்ஹிதா)

கர்ப்பிணிக்குப் பிரசவ நேரத்தில் மகிழ்வூட்டல் -

हर्षयेत्तां मुहुः पुत्रजन्मशब्दजलानिलैः ।
प्रत्यायान्ति तथा प्राणाः सूतिक्लेशावसादिताः ।।

- अष्टाङ्गहृदयम्

மகன் பிறந்தான் என்ற சொல் நீர் தெளித்தல் காற்று வீசுதல் இவற்றால் கர்ப்பிணிக்கு அடிக்கடி மகிழ்வூட்ட வேண்டும். இவ்வாறு செய்வதால் பிரசவ வலியால் களைப்பு அடைந்த பிராணன்கள் புத்துயிரைப் பெறுகின்றன.

(அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

கர்ப்பிணிக்கு விசேஷ ஆஹாரம் -

प्रथमे मासि गर्भिणी क्षीरमनुपसंस्कृतं मात्रावत्काले काले पिबेत् । स्वादुशीतं द्रवप्रायं सायं प्रातराहारयेत् । द्वितीये मधुरौषधसिद्धं पयः पिबेत् । तृतीये तदेव सर्पिर्मधुभ्याम् । चतुर्थेऽक्षमात्रनवनीतयुक्तम् । पञ्चमे क्षीरसर्पिः । षष्ठे तदेव मधुरौषधसिद्धम् । सप्तमे च । अष्टमे क्षीरयवागूं सर्पिष्मतीं पिबेत् । ततः ऊर्ध्वं स्निग्धाभिर्यवागूभिर्जाङ्गलरसैश्चोपचरेदा-प्रसवकालात् ।

- अष्टाङ्गसंग्रहः

கர்ப்பிணி முதல் மாதத்தில் உணவு நேரத்தில் காய்ச்சிய பாலைப் பருகவேண்டும். பகலிலும் இரவிலும் இனிப்புள்ளதும், குளிர்ச்சியானதும் திரவப்பொருளை அதிகமாகக் கொண்டதுமான உணவை உட்கொள்ளவேண்டும். இரண்டாவது மாதத்தில் திராக்ஷை, அதிமதுரம், கீரைப்பாலை போன்ற இனிப்புப் பொருள்களைச் சேர்த்துக் காய்ச்சிய பாலைப் பருகவேண்டும். மூன்றாவது மாதத்தில் இந்தப் பாலை நெய், தேன் இவற்றுடன் பருகவேண்டும். நான்காவது மாதத்தில் இந்த பாலில் தான்றிக்காய் அளவு வெண்ணெய் கலந்து பருகவேண்டும். ஐந்தாவது மாதத்தில் பாலிலிருந்து கடைந்தெடுத்த வெண்ணெயைக் காய்ச்சித் தயாரான நெய்யைப் பருகவேண்டும். ஆறாவது மாதத்தில் இந்த நெய்யை திராக்ஷை போன்ற இனிப்புப் பொருள்களைச் சேர்த்துக் காய்ச்சிப் பருகவேண்டும். ஏழாவது மாத்திலும் இவ்வாறே செய்யவேண்டும். எட்டாவது மாதத்தில் பால் கஞ்சியை நெய்யுடன் பருகவேண்டும். அதன்பிறகு பிரசவம் வரை நெய்ப்புள்ள கஞ்சிகளாலும், சதுப்பு நிலத்தில் வாழும் பிராணிகளின் மாம்சங்கள் ஆகியவற்றாலும் கர்ப்பிணியை உபசரிக்கவேண்டும். (அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம்)

இங்கு கூறப்பட்டவாறு அந்தந்த மாதத்திற்குரிய உணவு விசேஷங்களை அமைத்துக்கொள்ள இயலாதவர்கள் சாதாரணமாக அவரவர்களது ஜீர்ண சக்திக்கேற்றபடி பலகிருதம் (फलघृतम्) அல்லது விதார்யாதிகிருதம் (विदार्यादिघृतम्) என்ற நெய் மருந்தை இரண்டு வேளைகளிலும் உட்கொள்வது நல்லது. இவை ஆயுர்வேத வைத்தியர்களிடம் கிடைக்கும்.

கர்ப்பிணி நியமங்களைப் பின்பற்றுவதன் பலன் -

यदिदं कर्म प्रथमं मासमुपादायोपदिष्टमानवमासात्तेन गर्भिण्या गर्भसमये गर्भधारिणी कुक्षिकटिपार्श्वपृष्ठं मृदूभवति,

वातश्चानुलोमः सम्पद्यते, मुत्रपुरीषे च प्रकृतिभूते सुखेन मार्गमनुपद्यते, चर्मनखानि च मार्दवमुपयान्ति ।

बलवर्णौ चोपचीयेते; पुत्रं चेष्टं सम्पदुपेतं सुखिनं सुखेनैषा काले प्रजायते । - चरकसंहिता

முதல் மாதம் முதற்கொண்டு ஒன்பதாவது மாதம் முடிய பின்பற்றும்படி கூறப்பட்டவற்றைப் பின்பற்றுவதால் கர்ப்பிணிக்கு கருத்தரித்த காலத்தில் கருப்பை, வயிறு, இடுப்பு, பக்கங்கள், முதுகு இவை மென்மையை அடைகின்றன. வாயு எதிர்த்து மேல் நோக்காமல் கீழ்நோக்கி அமையும், சிறுநீர், மலம் ஆகியவையும் இயற்கையை அனுசரித்து ஸுகமாகத் தன்வழியை அடைகின்றன. சருமம், நகங்கள், மென்மையை அடைகின்றன, பலமும், நிறமும் அதிகரிக்கின்றன. விரும்பியவாறு பொருள் நிரம்பியவனும், ஸுகசீலனுமான மகனை உரிய காலத்தில் பெறுவாள். (சரகஸம்ஹிதா)

முற்றும்.



।। सूतिकोपचर्या ।।

பிரசவித்தவள் பராமரிப்பு

பிரசவித்தவளுக்கு பிரசவித்தவுடனே செய்யவேண்டியது

अथ सूतिकाम् बलातैलाभ्यक्ताम् वातहरौषधनिक्वाथेनोपचरेत् ।

- सुश्रुतसंहिता

ஸூதிகைக்கு (பிரசவித்தவளுக்கு ஸூதிகை என்று பெயர்) 'பலா தைலம்' (बलातैलम्) என்னும் தைலம் தேய்த்து வாயுவைப் போக்கக்கூடிய சிற்றாமுட்டி, வில்வம், தேவதாரு முதலிய சரக்குகளைச் சேர்த்துக் காய்ச்சிய கஷாயத்தினால் ஸ்நானம் செய்யவிக்கவேண்டும். (ஸுச்ருதஸம்ஹிதா)

இங்கு 'பலா தைலம்' என்பது 'பலாதான்வந்தர தைலம்' (बलाधान्वन्तरतैलम्) என்னும் தைலத்தைக் குறிக்கும். இதை 'தான்வந்தர தைலம்' (धान्वन्तरतैलम्) என்றும் கூறுவதுண்டு. பிரசவித்தவளுக்கு இரண்டு மாதங்கள் வரையிலும்கூட எண்ணெய்க்குளிக்கு இந்தத் தைலத்தையே உபயோகிப்பது மிகவும் நல்லது. இந்தத் தைலம் ஆயுர்வேத வைத்தியர்களிடம் கிடைக்கும்.

பிரசவித்தவளுக்கு உடன் அப்பியங்கம் (எண்ணெய்க் குளி) செய்வித்தல் என்னும் இந்தமுறை கேரளத்தில் வழக்கத்தில் உள்ளது. பிரசவத்தால் உடல் தளர்ந்த நிலையில் இவ்வாறு அப்யியங்கம் செய்விப்பதற்கு வைத்தியரின் மேற்பார்வை மிக அவசியமாகும்.

பிரசவித்தவளுக்கு நல்லெண்ணெய் முதலியவற்றைக் கொடுப்பது -

सूतिका क्षुद्वती तैलाद् घृताद्वा महतीं पिबेत् ।
पञ्चकोलकिनीं मात्रामनु चोष्णं गुडोदकम् ।।

वातघ्नौषधतोयं वा . . . . ।

- अष्टाङ्गहृदयम्

பிரசவித்தவள் பசியுண்டானதும் இருபத்துநான்கு மணி நேரத்தில் ஜீர்ணமாவதற்குப் போதுமான அளவில் நல்லெண்ணெயையாவது, நெய்யையாவது திப்பிலி, சுக்கு, செவ்வியம், மோடி, கொடிவேலி ஆகியவற்றை (பொடித்து) சேர்த்துப் பருகவேண்டும். அதற்குப்பின் சூடான வெல்லத் தண்ணீரையாவது, வாயுவைக் கண்டிக்கும் மருந்து சரக்குகளைச் சேர்த்துக் காய்ச்சப்பெற்ற கஷாயத்தையாவது பருகவேண்டும். (அஷ்டாங்கஹ்ருதயம்)

நல்லெண்ணெய் முதலியவற்றைப் பருகுதல் ஆகிய இந்த மருத்துவ முறைக்கும் வைத்தியரின் மேற்பார்வை தேவையாகும். வாயுவைப் போக்கும் கஷாயமாக பலதான்வந்தர தைல (बलाधान्वन्तरतैलम्) முறையில் கூறப்பட்ட கஷாய கல்க சரக்குகளையே கஷாயமிட்டுப் பிரசவித்த பத்து நாட்கள் வரையிலும்கூட இரண்டுவேளை களிலும் பருகுவது நல்லது. இந்தக் கஷாயத்தில் மேற்பொடியாக "தாந்வந்தரவடி" (धान्वन्तरवटी) என்னும் மாத்திரையை உபயோகிப்பது மிகவும் நல்லது.

स्नेहायोग्या तु निस्स्नेहममुमेव विधिं भजेत् ।

- अष्टाङ्गहृदयम्

நல்லெண்ணெய், நெய் இவற்றைப் பருகத் தகாத நிலையிலுள்ளவள் இவற்றைத் தவிர்த்துக் கஷாயத்தை மட்டுமே பருகவேண்டும். (அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

பிரசவித்தவள் நல்லெண்ணெய் முதலியவற்றைப் பருகுவதின் பலன் -

. . . . तथा वायुर्न कुप्यति ।
विशुध्यति च दुष्टास्रं द्वित्रिरात्रमयं क्रमः ।।
- अष्टाङ्गहृदयम्

இவ்வாறு செய்வதால் வாயுவானது சாந்தமாகும். கேடுற்ற ரக்தமும் தெளிவடையும். இந்த விதிமுறையை இரண்டு மூன்று நாட்கள் கையாளவேண்டும்.
(அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

பிரசவித்தவளின் வயிற்றைக்கட்டுதல் -

स्नेहं पीतवत्याश्च सर्पिस्तैलाभ्यामभ्यज्य वेष्टयेदुदरं महताच्छेन वाससा । तथा न वायुरुदरे विकृतिमुत्पादयत्यनवकाशात्वात् । - चरकसंहिता

நல்லெண்ணெயையாவது, நெய்யையாவது பருகிய பின் நல்லெண்ணெய், நெய் இவற்றைப் பிரசவித்தவளின் வயிற்றுக்குப் பூசி, நீண்ட சுத்தமான வஸ்திரத்தால் வயிற்றைச் சிறுகச் சுற்றவேண்டும். இவ்வாறு செய்வதால் வயிற்றில் புகுமிடமின்மையால் வாயுவானது வயிறு பெருத்தல் முதலிய விகாரங்களைத் தோற்றுவிக்க இயலாது. (சரகஸம்ஹிதா)

நல்லெண்ணெய், நெய் இவற்றைப் பருகத் தகாதவள் விஷயத்தில் இந்த முறை இன்றியமையாததாகும்.

பிரசவித்தவளுக்கு ஆகாரம் -

जीर्णे तु स्नेहे पिप्पल्यादिभिरेव सिध्दां यावगूं मात्रशः पाययेत् ।
– चरकसंहिता

நல்லெண்ணெய் அல்லது நெய் (முன் பருகப்பெற்றது) ஜீரணமான பின்பு திப்பிலி, சுக்கு, மோடி, செவ்வியம், கொடிவேலி ஆகியவற்றைச் சேர்த்துக் காய்ச்சிய கஞ்சியை அளவுடன் பருகச் செய்யவேண்டும். (சரகஸம்ஹிதா)

त्र्यहादूर्ध्वं विदार्यादि वर्गक्वाथेन साधिता ।
हिता यवागूः स्नेहाढ्या सात्म्यतः पयसाथवा ।।
– अष्टाङ्गहृदयम्

மூன்று நாட்களுக்குப் பிறகு "விதார்யாதிகணச்" (विदार्यादिगणः) சரக்குகளின் கஷாயத்தால் செய்யப்பட்டதும், நெய்போன்ற நெய்ப்புப் பொருள் கலந்ததுமான கஞ்சி இதமானது. அல்லது மேற்கூறியவாறு காய்ச்சப்பட்ட பால் கஞ்சி இதமானது. (அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

விதார்யாதிகணச் சரக்குகளை ஆயுர்வேத வைத்தியர் களின் வழியாகப் பெறலாம்.

பிரசவித்தவளுக்கு வலுவூட்பவைகளைக் கையாளுவது -

सप्तरात्रात्परं चास्यै क्रमशो बृंहणं हितम् ।
– अष्टाङ्गहृदयम्

பிரசவித்தவளுக்கு ஏழு நாட்களுக்குப் பிறகு வலுவூட்டும் முறைகளை (உணவு, பானம், மருந்துகள் முதலியவை) படிப்படியாகக் கையாள்வது இதமானது.
(அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

பிரசவித்தவளுக்கு உடல் வலுவுண்டாவதற்கு தசமூலாரிஷ்டம் (दशमूलारिष्ठः), திராக்ஷாரிஷ்டம் (द्राक्षारिष्ठः) ஆகியவை மிகவும் சிறந்தவை. இவை ஆயுர்வேத வைத்தியர்களிடம் கிடைக்கும்.

ஸூதிகோத்தானம் -

दशमे दिवसे पूर्णे विधिभिः स्वकुलोचितैः ।
कारयेत्सूतिकोत्थानं . . . . . . ।। - अष्टाङ्गहृदयम्

பிரசவித்த பத்து நாட்கள் முடிந்ததும் பதினோறாம் நாளில் பிரசவத்தவளுக்கு அவரவரது குலாசாரத்திற்கேற்ற முறைகளுடன் ஸூதிகோத்தானத்தை (மங்கள ஸ்நானம் செய்வித்தல், புண்யாஹவாசனம் முதலிய கார்யங்களை) செய்விக்கவேண்டும். (அஷ்டாங்க ஹ்ருதயம்)

பிரசவித்தவள் இதற்குப் பிறகுதான் பிரசவ அறையை விட்டு வெளியிலும் தங்குவது, உண்ணுவது, தூங்குவது முதலியவைகளைச் செய்யவேண்டும்.

பிரசவித்தவளுக்கு மாமிச உணவு கொடுப்பதில் நியமம்-

द्वादशाहेऽनतिक्रान्ते पिशितं नोपयोजयेत्
- अष्टाङ्गहृदयम्

பன்னிரண்டு நாட்கள் கடக்கப்பெறாத அளவில் பிரசவித்தவளுக்கு மாமிசத்தை உபயோகிக்கலாகாது.

இவ்வாறு மாமிசத்தை விலக்குவது துஷ்டகிரஹ பீடையை தவிர்ப்பதற்கேயாகும். பன்னிரண்டு நாட்களுக்குப் பிறகு பழக்கமுள்ளவளுக்கு ஜீர்ணசக்திக்கேற்றவாறு மாமிச உணவைக் கொடுக்கலாம்.

பிரசவித்தவளுக்குக் குடிநீர் -

क्वथितशीतं च तोयं पाययेत् । - अष्टाङ्गहृदयम्

பிரசவித்தவளைக் கொதித்து ஆறிய ஜலத்தைப் பருகச் செய்யவேண்டும். (அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம்)

குளிர்காலத்திலும், கார்காலத்திலும் கொதித்துச் சிறிது சூடாக இருக்கும் ஜலத்தைப் பருகச் செய்வது மிகவும் நல்லது.

பிரசவித்தவளுக்குத் தவிர்க்கவேண்டியவை -

क्रोधायासमैथुनादीन् परिहरेत् । - सुश्रुतसंहिता

பிரசவித்தவள் கோபம், களைப்பு, புணர்ச்சி முதலியவற்றைத் தவிர்க்கவேண்டும். (ஸுச்ருதஸம்ஹிதா)

முதலியவற்றையென்பது பகல் தூக்கம், உரக்கப் பேசுவது, இரவு கண்விழித்தல், வண்டி முதலியவற்றில் செல்லுதல், வெகுநேரம் உட்கார்ந்திருப்பது, வெகுநேரம் நிற்பது, வழிநடப்பது, சந்தனம் போன்ற குளிர்ச்சியான பூச்சுப் பொருட்களைப் பூசிக்கொள்ளுதல், தண்ணீரில் பழகுதல், காற்று, வெயில் இவற்றில் இருப்பது, இதமில்லாத உணவை உட்கொள்வது ஆகியவற்றைக் குறிக்கும். ஆகவே, இவற்றையும் பிரசவித்தவள் தவிர்க்கவேண்டும். இங்கு தவிர்க்கவேண்டியவையாகக் கூறப்பட்டவைகளை அடைவதாலும், விசேஷமாகப் புணர்வதாலும் பிரசவித்தவளுக்கு நரம்புத் தளர்ச்சி நேர்ந்து வலிப்பு (Convulsions), பார்சுவ வாயு (Paralysis) போன்ற தீராத நோய்களுண்டாக இடமுண்டு.

பிரசவித்தவளின் பராமரிப்பு முறைகளை அனுசரிப்பதின் பலன் -

एवं हि गर्भवृद्धिक्षपितशिथिलसर्वशरीरधातुप्रवाहणवेदना-क्लेदरक्तनिस्सृतिविशेषशून्यशरीराच्च पुनर्नवीभवति ।

- अष्टाङ्गसंग्रहः

மேற்கூறியவாறு செய்வதால் கருவளர்ச்சியால் குன்றித் தளர்ந்த எல்லா தாதுக்கள் (ரஸம், ரக்தம் முதலியவை)

காரணமாகவும், பிரசவ சமயத்தில் முக்குதல், வேதனை, கசிவு, உதிரப்போக்கு ஆகியவற்றாலும் மிகவும் குன்றிய உடலுடைய பிரசவித்தவள் மீண்டும் புத்துயிர் பெறுவாள்.

(அஷ்டாங்க ஸங்கிரஹம்)

பிரசவித்தவளுக்குக் கட்டுப்பாட்டின் காலவரையறை -

एवं च मासादध्यर्धान्मुक्ताहारादियन्त्रणा ।
गतासूताभिधाना स्यात्पुनरार्तवदर्शनात् ।।

- अष्टाङ्गहृदयम्

இவ்வாறு ஒன்றரை மாதங்களுக்குப் பிறகு பிரசவித்தவள் ஆகாரம் முதலியவற்றிலுள்ள கட்டுப்பாடுகளை நீங்கப்பெறுவாள். ஸூதிகா (பிரசவித்தவள்) என்ற பெயரையும் இழப்பாள். அடுத்த மாதவிடாய்கண்ட பிறகுதான் இந்தநிலை என்றும் ஒரு சாரார் கூறுவர். (அஷ்டாங்கஹிருதயம்)

பிரசவித்த ஆறு ஆண்டுகளுக்குப் பின் கர்ப்பம் தகாது-

निवृत्तप्रसवायास्तु पुनः षड्भ्यो वर्षेभ्यः ऊर्ध्वं प्रसवमानाया नार्याः कुमारोऽल्पायुर्भवति । - सुश्रुतसंहिता

பிரசவித்த ஆறு ஆண்டுகளுக்குப் பின் அடுத்த பிரசவம் ஏற்படின் அந்தக் குழந்தை ஆயுள் குன்றியதாகும்.

(ஸுச்ருதஸம்ஹிதா)

தொடர்ந்து ஆறு ஆண்டுகளாகப் பிரசவம் நேராததால் கருப்பையானது செயலிழந்திருக்கும், அந்நிலையில் தோன்றும் கர்ப்பம் வலுவின்றிப் பிறக்கக்கூடும். ஆதலால் குழந்தையின்

வளர்ச்சிக்குரிய முறைகளைக் கவனத்துடன் கையாள வேண்டுமென்பது கருத்து. கர்ப்பிணியும், பிரசவித்தவளையும் கவனிக்கவேண்டியது அவசியமே.

பிரசவித்தவளைக் கருத்துடன் கண்காணிக்கவேண்டும் -

यत्नेनोपचलेत्सूतां दुस्साध्या हि तदामयाः ।

- अष्टाङ्गहृदयम्

பிரசவித்தவளைக் கருத்துடன் கண்காணிக்கவேண்டும். ஏனெனில், அவளுக்குத் தோன்றும் நோய் எளிதில் மருத்துவத்திற்கு வசமாகா. (அஷ்டாங்க ஹிருதயம்)

பிரசவித்தவள் பழைய நிலையைப் பெறுதல் -

षड्भिर्मासैः प्रसूताया धातवो रुधिरादयः ।
प्रत्यागच्छन्त्यरोगायाः . . . . ।।

- काश्यपसंहिता

வேறு நோயற்ற நிலையிலுள்ள ஸூதிகை (பிரசவித்தவள்) யானவள் ஆறு மாதங்களில் ரக்தம் முதலிய தாதுக்களை முற்றிலும் திரும்பப் பெறுவாள்.

(காசியப ஸம்ஹிதா)

ஆகையால் பிரசவித்தவளை ஆறு மாதங்கள் வரையிலும் எந்தவிதமான தீங்கும் நேராமல் கவனத்துடன் காப்பாற்ற வேண்டும்.

முற்றும்.

